



TABELA NUTRICIONAL VIVENDA DO CAMARÃO

VALORES DIÁRIOS DE REFERÊNCIA DE NUTRIENTES (VD/R)				Valor Energético		Carboidratos	Proteínas	Gorduras Totais	Gorduras Saturadas	Gorduras Trans	Fibra Alimentar	Sódio	Coolesterol	Ferro	Cálcio
RDC 368 da ANVISA **VD não estabelecido				2000 Kcal/ 8400KJ		300 g	75 g	55 g	22 g	**	25 g	2400 mg	300 mg	18 mg	1000 mg
				ENTRADAS											
ALIMENTOS		PORÇÃO		Valor Energético	Carboidratos	Proteínas	Gorduras Totais	Gorduras Saturadas	Gorduras Trans	Fibra Alimentar	Sódio	Coolesterol	Ferro	Cálcio	
**VD não estabelecido		gramas	medida	Kcal/KJ	g	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	
BOLINHO DE BACALHAU L/g		50	1 porção	275/1150	7,7	12,5	21,6	0,28	0	0,69	916,6	60,8	0,8	68,3	
CASQUINHA VIVENDA L/g		110	1 porção	183/767	9,6	8,9	12	7,3	0	0,95	576	15,72	0,74	55,68	
CASQUINHA DE CAMARÃO L/g		110	1 porção	120/503	11	8	4,7	1,4	0	1,2	538	67,5	1,85	105,08	
COINHA DE CAMARÃO L/g		200	1 potinho	512/2144	46	13,2	30	5,4	0	2,2	696	65	2,98	47,92	
PASTEL DE CAMARÃO MEDIO L/g		95	1 porção	165/691	22,4	6,6	5	1	0	1,8	549	36,8	1	57,3	
PASTEL DE CAMARÃO GRANDE L/g		190	1 porção	329,4/1383	44,8	13,3	10,1	2	0	3,7	1098	73,6	2	114,6	
PASTEL DE QUEJO MEDIO L/g		90	1 porção	292/1180	16	15	18	18	9	0	14	45	24	11	11
PASTEL DE QUEJO GRANDE L/g		180	1 porção	564/2361	35,16	36,8	35	20,6	3,22	1,04	1136	NA	NA	NA	NA
PASTEL DE CAMARÃO COM QUEJO MEDIO L/g		110	1 porção	207/867	22,87	10,8	7,55	2,8	0	1,8	551	44,9	1,05	166,95	
PASTEL DE CAMARÃO COM QUEJO GRANDE L/g		220	1 porção	419/1729	45,73	21,7	15,2	5,3	0	3,7	1102,8	89,8	2,09	333,9	
CROQUETE DE SALMÃO L/g		30	1 unidade	77/322	7	2	4,5	0,8	0,5	0,3	104,4	9,8	0,45	7,19	
ESPECIALIDADES VIVENDA															
ALIMENTOS		PORÇÃO		Valor Energético	Carboidratos	Proteínas	Gorduras Totais	Gorduras Saturadas	Gorduras Trans	Fibra Alimentar	Sódio	Coolesterol	Ferro	Cálcio	
**VD não estabelecido		gramas	medida	Kcal/KJ	g	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	
CAMARÃO AOS 4 QUEUOS L/g		230	1 prato oval	509/2116	16	30	35	25	0	0,8	1653	246,4	4,5	535,4	
BOBÔ DE CAMARÃO L/g		230	1 porção	195/818	26	12	4,8	0,9	0	1,5	1260	114,8	1,3	130,4	
CAMARÃO AO CATUPURY L/g		230	1 porção	420/1756	15	21	31	20	0	0,83	1606	214,65	1,08	371,1	
PAELLA L/g		440	1 porção	804/3364	67	24	49	7	0	7	1749	145,2	6,6	119	
STROGONOFF DE CAMARÃO L/g		230	1 porção	424/1776	18	14	33	25	0	1,2	1472	229	1,16	171,3	
CAMARÃO TALANDES L/g		230	1 porção	312/1307	19	15	20	10	0	1,5	1498	154	1,5	209,5	
MOQUECA DE CAMARÃO L/g		230	1 porção	274/1148	8,3	11	22	7,1	0	3	1719	113,7	1,5	209,5	
CAMARÃO INTERNACIONAL L/g		513	1 porção	738/3088	75	34,41	33,4	13,34	0,57	4,53	2464	5,84	1,26	28,33	
CAMARÃO MEDITERRÂNEO L/g		535	1 porção	1627/6808	107	32,2	118,4	23,5	0,7	6,41	3171	80,5	3,59	315,02	
TRADICIONAIS															
ALIMENTOS		PORÇÃO		Valor Energético	Carboidratos	Proteínas	Gorduras Totais	Gorduras Saturadas	Gorduras Trans	Fibra Alimentar	Sódio	Coolesterol	Ferro	Cálcio	
**VD não estabelecido		gramas	medida	Kcal/KJ	g	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	
PEIXE EMPANADO L/g		170	1 file	320/1341	3,1	27	22	1,3	0	0	129	81,6	0,47	26,73	
CAMARÃO FRITO L/g		155	1 prato oval	217/907	1,6	17	16	0	0	0	339	209,56	1,18	86,26	
FILE DE PEIXE À PARMIGIANA L/g		330	1 file + 1 corchola de molho	567/2376	11,35	42,75	38,97	9,2	0	0,17	930,7	127,17	2,38	364,63	
CAMARÃO EMPANADO L/g		200	1 prato oval	246/1028	32	13	7,5	0,23	0	1,4	221	96,6	2,03	52,74	
CAMARÃO À PARMIGIANA L/g		295	1 prato oval	830/3472	23	19	73	8,5	0	1,1	1333	80,5	2,56	292	
ISCA DE PEIXE L/g		240	1 prato oval	795/3327	98	24	34	5,2	0	6,6	485	37,2	3,33	111,65	
ISCA DE TILÁPIA L/g		250	1 porção	308/1288	10	24	27	4,3	0	0,9	364	92,3	1,86	57,2	
FILÉ DE TILÁPIA EMPANADO L/g		160	1 porção	76/313	35,3	21,86	24	7,84	0,28	1,48	265,4	38,41	0,56	10,33	
FILÉ DE TILÁPIA PARMIGIANA L/g		290	1 porção	323/1348	44,5	37,61	40,97	15,74	0,28	1,65	1057,1	83,98	2,47	348,23	
MASSAS															
ALIMENTOS		PORÇÃO		Valor Energético	Carboidratos	Proteínas	Gorduras Totais	Gorduras Saturadas	Gorduras Trans	Fibra Alimentar	Sódio	Coolesterol	Ferro	Cálcio	
**VD não estabelecido		gramas	medida	Kcal/KJ	g	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	
MASSA AO MOLHO DI MARE L/g		420	1 prato redondo	722/3024	117	31	14	1,9	0	2	16,7	126,2	4,5	89,8	
MASSA AO MOLHO CAMARÃO AO CATUPURY L/g		410	1 porção	64/1560	56	29	31	19	0	3	1531	205	1,03	353,9	
MASSA AO MOLHO STROGONOFF DE CAMARÃO L/g		410	1 porção	616/2578	60	21	32	24	0	3,4	1404	218	1,11	163	
MASSA AO MOLHO TALANDES L/g		410	1 porção	799/3343	124	29	21	9,7	0	1,4	1428	147	1,4	200	
MASSA AO MOLHO CAMARÃO 4 QUEUOS L/g		410	1 porção	694/2903	57	36	34	24	0	3	1576	235	4,3	510	
MASSA AO MOLHO FUNGHI COM CAMARÃO L/g		430	1 porção	1045/5417	162,9	34,3	28	9,6	0,2	5,9	1237	124	0,79	53,32	
MASSA NHQUEU g		200	1 porção	390/1631	76	11,4	4,4	1,4	0	3,2	164	-	1,38	34	
SALADAS															
ALIMENTOS		PORÇÃO		Valor Energético	Carboidratos	Proteínas	Gorduras Totais	Gorduras Saturadas	Gorduras Trans	Fibra Alimentar	Sódio	Coolesterol	Ferro	Cálcio	
**VD não estabelecido		gramas	medida	Kcal/KJ	g	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	
SALADA CASUAL L/g		212	1 prato oval	144/602	14,2	12,5	4,3	2	0	2,3	31,4	26	1	166	
SALADINHA CASUAL L/g		131	1 prato quadrado	72/301	7,1	6,2	2,1	1	0	1,1	17,4	13	0,5	84	
SALADA CASUAL COM PENNE L/g		302	1 prato oval	254/1062	4,7	16,5	4,3	2	0	5,09	31,4	26	1	166	
SALADA COM CAMARÃO L/g		282	1 prato oval	105/439	14,9	24,4	4,9	2,3	0	2,3	298,44	195	1,9	221	
SALADINHA COM CAMARÃO L/g		166	1 prato quadrado	102/426	7,4	12,2	2,3	1,1	0	1,1	149	98	0,95	110	
SALADA COM CAMARÃO E PENNE L/g		372	1 prato oval	215/898	35,4	28,4	4,9	2,3	0	3,39	288,44	195	1,9	221	
SALADA VIVENDA COM CAMARÃO EMPANADO L/g		312	1 prato oval	267/1117	30,2	19,1	8,1	2,12	0	3	141,9	74,4	2,02	192,4	
SALADINHA VIVENDA COM CAMARÃO EMPANADO L/g		181	1 prato quadrado	206/862	22,2	15,8	6,2	2,12	0	2,65	86,65	50,2	1,51	179,2	
SALADA VIVENDA COM CAMARÃO EMPANADO E PENNE L/g		402	1 prato oval	754/3156	135,2	33,1	8,1	2,12	0	3	149,9	74,4	2,02	192,4	
PORÇÃO EXTRA															
ALIMENTOS		PORÇÃO		Valor Energético	Carboidratos	Proteínas	Gorduras Totais	Gorduras Saturadas	Gorduras Trans	Fibra Alimentar	Sódio	Coolesterol	Ferro	Cálcio	
**VD não estabelecido		gramas	medida	Kcal/KJ	g	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	
EXTRA DE CAMARÃO		90	3 colheres	48/201	0,9	10	0	0	0	0	200	124	0,7	51	
EXTRA DE CAMARÃO EMPANADO		100	Meia porção	123/514	16	6,5	3,8	0,12	0	0,7	110,5	48,3	1,02	26,37	
PETISCOS															
ALIMENTOS		PORÇÃO		Valor Energético	Carboidratos	Proteínas	Gorduras Totais	Gorduras Saturadas	Gorduras Trans	Fibra Alimentar	Sódio	Coolesterol	Ferro	Cálcio	
**VD não estabelecido		gramas	medida	Kcal/KJ	g	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	
CAMARÃO FRITO COM BATATA FRITA L/g		455	1 prato oval	1038/4343	85	45	58	5	0	18	695	453	3	183	
CAMARÃO EMPANADO COM BATATA FRITA L/g		500	1 prato oval	877/3670	118	24	34	4	0	18	290	121	3,3	77,7	
ISCA DE PEIXE COM BATATA FRITA L/g		540	1 prato oval	1563/6542	200	39	68	11	0	24	610	46,5	5	160	
BATATA FRITA		600	1 prato oval	1752/7340	240	24,4	76,8	13,2	0	52	12	0	2,4	36	
CAMARÃO FRITO DUPLO L/g		310	1 prato oval	549/2285	7,5	6,6	28	1,4	0	0	1242	814	4,6	310	
CAMARÃO EMPANADO DUPLO L/g		400	1 prato oval	492/2056	64	26	15	0,46	0	2,8	442	193,2	4,06	105,48	
ISCA DE PEIXE DUPLA L/g		480	1 prato oval	1509/6654	196	48	68	10,4	0	13,2	970	74,44	6,66	223,3	
CAMARÃO FRITO COM CAMARÃO EMPANADO L/g		355	1 prato oval	771/3225	36	40	52	0,72	0	1,3	736	477	2,7	162	
ISCA DE PEIXE COM CAMARÃO EMPANADO L/g		440	1 prato oval	1079/4516	132	33	47	5,1	0	7,8	602	113	3,8	142	
ISCA DE PEIXE COM CAMARÃO FRITO L/g		395	1 prato oval	1089/4469	101,75	56,5	48	5,9	0	6,6	1106	444,2	5,63	266,6	
ISCA DE TILÁPIA COM FRITAS L/g		550	1 prato oval	1184/4954	130	36,2	55,4	10,9	0	26,9	370	92,3	3,06	75,2	
ISCA DE TILÁPIA DUPLA L/g		500	1 prato oval	616/2577	20	48	34	8,6	0	1,8	728	184,6	3,72	114,4	
ISCA DE TILÁPIA COM CAMARÃO EMPANADO L/g		450	1 prato oval	554/2318	42	37	24,5	4,53	0	2,3	585	188,9	3,88	109,04	
ISCA DE TILÁPIA COM CAMARÃO FRITO L/g		405	1 prato oval	525/2106	11,6	41	33	4,3	0	0,9	703	301,86	3,04	143,46	
PORÇÃO INTEIRA MIX DE PETISCOS L/g		778	1 prato oval	1778/7438	201,6	61	80,5	9,13	0	22,8	1048,5	343,36	7,28	261,77	
PORÇÃO MEIA MIX DE PETISCOS L/g		475	1 prato oval	1149/4807	135,8	34	51,75	6,415	0	18,8	526	171,68	4,01	136,445	
SNACK ISCA DE PEIXE COM FRITAS L/g		270	1 porção	836/3499	109	18,1	36,2	5,9	0	16,3	245,5	18,6	2,3	64,8	
SNACK CAMARÃO FRITO COM FRITAS L/g		227	1 porção	574/2406	61,9	22,4	26,2	3,65	0	13	313,5	203,5	1,75	86,5	
SNACK CAMARÃO EMPANADO COM FRITAS L/g		250g	1 porção	563/2349	76	12,6	22,9	3,42	0	13,7	113,5	48,3	1,62	35,4	
SNACK ISCA DE TILÁPIA COM FRITAS L/g		425	1 porção	1039/4309	125	24,2	46,9	8,75	0	25,45	388	46,15	2,13	46,6	